

## Terceira idade e música: perspectivas para uma educação musical

*Cristiana Miriam S. e Souza*  
*Universidade Federal de Goiás/Mestranda em Música*  
e- mail: [ckd.miriam@bol.com.br](mailto:ckd.miriam@bol.com.br)

*Eliane Leão*  
*Universidade Federal de Goiás*  
e- mail: [elianewi2001@yahoo.com](mailto:elianewi2001@yahoo.com)

### **Resumo:**

O presente estudo busca fomentar o ensino da música para a terceira idade e discutir os benefícios decorrentes desta prática. A problemática decorre da insuficiência de práticas de ensino musical para este grupo e da exclusão que o mesmo sofre. Através de uma revisão bibliográfica sobre o tema, constatou-se como benefícios: a reativação da memória, a melhora da qualidade de vida e da saúde, o aumento da auto-estima e por consequência, um crescimento interpessoal e afetivo.

**Palavras-Chave:** ensino musical; terceira idade; benefícios.

### **Introdução**

O crescimento populacional da terceira idade é inegável. Para Debert (2004) as pesquisas relativas a terceira idade não são tantas quanto a preocupação que se tem com o crescimento da velhice no Brasil. Neri (2004) ressalta que a população idosa é a de maior crescimento hoje no país. Berquó (1996) expõe que ao final do século a população idosa chegará a 8.658.000 e que 1 em cada 20 brasileiros terá 65anos ou mais, e que em 2.020 este número crescerá para 16.224.000. E assim, 1 em cada 13 pessoas pertencerá à população idosa.

A atividade musical para a terceira idade é muito voltada para a prática musicoterápica como se observa em Zanini (2002); ou como auxílio à outras áreas artísticas, como se observa na dança estudada por Azambuja (2002). A educação musical tem-se preocupado com o ensino regular e superior, suas perspectivas e enfoques, até mesmo com as políticas educacionais que interferem de forma direta neste ensino, como se constata em Del Ben (2005).

Após uma revisão bibliográfica sobre o tema, buscou-se perspectivas para a atuação do educador musical no contexto da terceira idade. Mister se faz questionar se a terceira idade também não pode ser envolvida nas investigações do ensino musical.

### **A continuidade da educação na terceira idade**

Neri (2004) revela a preocupação da Gerontologia Educacional, não só como investimento das potencialidades do idoso, mas também, como essencial na promoção da qualidade de vida. Questiona-se o período de delimitação do ensino para o indivíduo. Na terceira idade, quando muitos fatores podem contribuir para a maior disponibilidade, para o estudo e novas experiências, a possibilidade de inserção do ensino de música é promissora. Tal posicionamento remete à idéia de uma educação musical atenta para as transformações da sensibilidade musical. Esta temática vislumbra, não só a necessidade de inserção da música e das linguagens artísticas, em contextos diversos, como também os efeitos que esta ação pode propiciar aos que são submetidos a tais experiências. As iniciativas de formação de Universidades Abertas à Terceira Idade são demonstrações de que o indivíduo não encerra na velhice seus anseios de esperança de vida em busca de uma participação na sociedade, como explicita Cachioni e Neri (2004). Simões (1994)

revela que mesmo as restrições sobre o corpo, devido à idade, não são empecilhos à realização de atividades motoras. Goldstein (1995) argumenta que programas educacionais para a terceira idade têm efeitos poderosos no combate ao estresse e contribuem para um envelhecimento bem sucedido.

A oportunidade de começar ou dar continuidade ao estudo na terceira idade não é uma característica apenas eminentemente educacional, decorrente do aumento das instituições com o fulcro de proporcionar o ensino à terceira idade; mas deve resultar também, de uma consciência sociológica a respeito. Deps (2003) em pesquisa sobre instituições que abrigam idosos, constatou que o ócio é motivo de descontentamento em grande parcela de indivíduos. E mostrou ainda, que uma atividade pode conferir ao indivíduo um significado existencial, produzindo responsabilidade, compromisso, somados ao bem-estar, a ajuda mútua, propiciados pelo convívio social.

Cachioni e Neri (2004) refletem que através das iniciativas de educação para pessoas idosas forma-se uma consciência de que o potencial humano não se extingue na velhice.

### **Os benefícios da música**

O ensino musical para a terceira idade pode trazer benefícios não só na melhoria da qualidade de vida do grupo, como também pode promover aspectos de desenvolvimento criativo e expressivo do ser. Tame (1997) ensina que há exemplos que fortalecem a crença de que a música tem uma força que interfere em todo o mundo a nossa volta e que esta força pode ter um caráter físico, visível e audível e até mesmo, místico.

Sobre a ação da música em benefício da memória Tourinho (2006) acrescenta que a música pode favorecer a memória, evocando lembranças do passado. Quando se ativa a memória através da música transmite-se o pensamento de que a senescência é um período propício à recordação. Assim, o idoso reconstrói experiências do presente e passado. Esta memória advém de um trabalho em que o prazer da música suscita o inconsciente a trazer material ao consciente.

A este respeito exemplifica Bosi (1994) quando estudando memória e sociedade, o caso de dona Risoleta, mostra seus pensamentos na entrevista:

Relembrar uma coisa dessas é triste: vinham quatro ou cinco moços, um tocava violino, outro violão, outro cantava, e tocavam bandolim, cavaquinho com aquela voz bonita que entrava no coração da gente e a gente ficava... quem disse que ficava dormindo?!... Na festa de São Benedito tinha banda de música, na igreja sempre teve coral: queremos Deus que é nosso rei/quero Deus que é nosso pai. Isso era lindo, no momento assim não me lembro de tudo, mas devagarzinho de vez em quando vou lembrando e começo a cantar aí pra criançada, então eles fala: ta alegre hoje, hein, velha?! ...Quando comecei a dançar no carnaval veio: o teu cabelo não nega, mulata, que tu és mulata na cor/mas como a cor não pega, mulata, mulata eu quero teu amor. Eu dançava, cantava, puxava o cordão, pintava o caneco. Passava mão numa vassoura, fazia dança com a vassoura e todo mundo me acompanhava. Aonde eu chegava não tinha tristeza, vinha alegria. (Bosi, 1994:374).

Diante das atividades de percepção, vivência e estudos musicais, pode - se verificar no idoso limitações de ordem física ou psíquica. Gainza (1988) salienta que alguma dificuldade rítmica, provavelmente, decorrente de um desequilíbrio emocional, relacionado a uma patologia. Neste caso, a disfunção musical mostra a existência de problemas desta ordem.

Sobre este assunto, Tourinho (2006) aconselha que a utilização de música com prazer, como uma linguagem, contribui para uma maior compreensão do mundo e de nós mesmos. E atesta que estudos comprovam que a atividade muscular, a respiração, a pressão sanguínea, a pulsação cardíaca, o humor e o metabolismo são afetados pela música e pelos sons. O corpo é um instrumento, configurando-se também como uma caixa de ressonância e a voz, caracterizando o som de cada indivíduo.

O desenvolvimento cognitivo propiciado pelas atividades musicais encontram respaldo no pensamento piagetiano de que “o sujeito constrói seu conhecimento através do comportamento criativo” como demonstra (Costa, 2006:369). Na terceira idade onde o indivíduo, pela experiência de vida, já obteve contato com a música, o ensino desta linguagem pode acarretar um processo criativo, a partir do que se tem construído. A este respeito observa (Figueiredo, 1996:35): “... uma constante atividade do organismo em busca de um estado de ponderação entre a assimilação de uma informação que está em conflito, com uma já existente e o ajustamento da nova informação ao qual chamamos de acomodação.”

Conclui: “A regulação cognoscitiva se constitui na regulação orgânica e sua característica se define no alargamento incessante do meio cognoscitivo em velocidades maiores e indefinidas que conduzem ... à criação, aos possíveis, à novidade.” (Figueiredo, 1996:44).

O ensino musical para o idoso pode ser veículo de fortalecimento das relações interpessoais, onde a música é elemento sociabilizador e integrador, além de promover equilíbrio emocional, como afirma Montello (2004).

Para Arañeda (1991) a experiência, com distintos grupos de idosos, demonstra que o envelhecimento é parcialmente reversível, através de reabilitação de funções no nível motor, psicossomático e em respostas emocionais e intelectuais. E mostra que os fatores mais importantes na reabilitação são os da ordem afetiva, indo ao encontro de Piaget que fundamenta a inteligência em estruturas afetivas e no processo de formação da identidade. O ancião experimenta grandes perdas afetivas e sofre na sociedade a desvalorização e a perda da identidade e de motivação existencial, e tudo isso traz reflexo para suas funções intelectuais.

Através de tais embasamentos, a educação musical mostra um campo fértil de atuação junto a diversos grupos sociais. As práticas teórico - metodológicas da música aplicadas à terceira idade, podem resultar em aspectos positivos como: incentivo ao fazer musical, o fornecimento de subsídios para as pesquisas nas áreas educacional e gerontológica e ainda, a melhora na qualidade de vida do idoso. A prática de exercícios explorados por educadores musicais como Dalcroze, Rodrigues (2005), Orff, Sanuy (1969) pode resultar em um aproveitamento não só do conteúdo, mas na vivência musical, com um trabalho que envolva corpo, movimento, respiração, fala e toda a linguagem sensorial. O resultado da associação de tais elementos, fornece subsídios para atividades criativas, improvisatórias, voltadas para a experimentação. O ensino musical com este escopo, pode aliar ação e reflexão aos aspectos vivenciados.

Montello (2004:21) exemplifica: “... tomará consciência da dinâmica emocional que está por trás da ansiedade e, alegremente, exteriorizará essa energia por intermédio de algum tipo de improvisação musical(uma batucada, por exemplo).”

A educação musical pode transformar a realidade do idoso, de forma que ele se sinta agente da sociedade e transformador da mesma. Segundo Mathias(1986) um grupo coral, através da educação musical pode ser um agente transformador da sociedade, e assim, o grupo poderá inserir o som de cada indivíduo num processo de educação musical libertadora.

O ensino para a terceira idade deve trazer uma perspectiva diferenciada ao educador musical, de forma que este realize um trabalho consciente das necessidades do grupo delimitado, bem como das práticas musicais, para a consecução de seu fim. Uma metodologia musical como a oficina de música é um exemplo prático que pode nortear este educador. Neste sentido, (Campos, 1988:105) defende “...um processo de ensino aberto, centrado no aluno; por um ensino que parta da experiência e não da informação; por um ensino que é orientado e não dirigido autoritariamente.”

A prática educativa deve ter as premissas citadas por Morelembaum (1999), quando fala da valorização da prática sobre a teoria, buscando um aprendizado musical que dê acesso a todos, através de uma concepção de ensino de música, que privilegie o desenvolvimento humano no seu todo e a sensibilização, e não somente, um trabalho que vise o domínio de um instrumento, mas a realização de atividades criativas e auditivas, retirando a ênfase da escrita e leitura.

O educador deve se inserir no contexto do grupo. O cotidiano da terceira idade é instrumento para elaboração das aulas. Dissociar a vida do ensino, é distanciar a educação de um propósito coerente com as necessidades do mundo hodierno.

Assim expõe Werneck (1991) que o objeto de estudo do educador é o encadeamento de experiências e vivências do educando. O homem toma consciência de si mesmo, refletindo sobre sua história e realizando um intercâmbio de influências com o meio em que vive.

As perspectivas que se formam para o professor de música, que destine seu foco à terceira idade, são positivas, diante dos subsídios fornecidos pelas especialidades como: psicologia, gerontologia, música, educação e pelo contingente de alunos que se prefigura no presente e futuro próximo.

## Referências Bibliográficas

- Arañeda, Rolando Toro. *Teoria da biodança: coletânea de textos*. [S. l.] Associação Latino-Americana de Biodança, t. I, II, III., 1991.
- Azambuja, Thaís d. *Biodanza para a Terceira Idade*. Textos Envelhecimento. Rio de Janeiro, v.4 n.7.2002. Disponível em: <www.unati.uerj.br>. Acessado em: 22.05.2006.
- Bem, Luciana Del.(2005). *Um estudo com as escolas da rede estadual básica de Porto Alegre/ Básica de Porto Alegre/ RS: subsídios para a elaboração de políticas de educação musical*. *Hodie*.Nº2, v.5p.65-89.
- Bosi, Ecléa. *Memória e sociedade: lembranças de velhos*. 13.ed. São Paulo: Companhia das letras, 1994.
- Berquó, E. Considerações sobre o envelhecimento no Brasil. In: NERI, Anita Liberalesso. *Velhice e sociedade*. 2.ed. Campinas, SP: Papyrus, 2004.11-40.
- Campos, Denise Álvares. *Oficina de Música: uma caracterização de sua metodologia*. Brasília: 1988.126f. Dissertação (Mestrado em Música) – Universidade de Brasília. 1988.
- Costa, Kristiane Costa e. (2005). O processo cognitivo e a criatividade. In *Iº Simpósio Internacional de Cognição e Artes Musicais, 2005*. Curitiba, 366-367.
- Deps, Vera Lúcia. A ocupação do tempo livre sob a ótica de idosos residentes em instituições: análise de uma experiência. In: NERI, Anita Liberalesso(org.).*Qualidade de vida e idade madura*.5.ed. Campinas, SP: Papyrus, 2003, 91-211.
- Figueiredo, Eliane Leão. *Evolução do pensamento criador em situação musical*. Campinas.1996. Tese (Doutorado em Educação). Faculdade de Educação da Universidade Estadual de Campinas, 1996.
- Gainza, V. H. de. *Estudos de psicopedagogia musical*. Buenos Aires: Summus;1988.
- Goldstein, L. L. *Estresse, enfrentamento e satisfação de vida entre idosos: um estudo do envelhecimento bem-sucedido*. 1995. Tese(Doutorado).Faculdade de Educação, Unicamp, Campinas,1995.
- Milleco R. P. e Brandão M. R. *O cantar humano e a musicoterapia*. Monografia(Graduação). Conservatório Brasileiro de Música. Rio de Janeiro, 1992.
- Mathias, Nelson.*Coral um canto apaixonante*. Brasília: Musimed, 1986.
- Montello, Louise. *Inteligência Musical Essencial: a música como caminho para a cura, a criatividade e a plenitude radiante*.São Paulo: Cultrix, 2004.
- Morelembaum, Eduardo. *Coral de empresa: um valioso componente para o projeto de qualidade total*. 1999. Dissertação(Mestrado). Conservatório Brasileiro de Música. Rio de Janeiro, 1999.
- Neri, Anita Liberalesso; Cachioni, Meire. Velhice bem-sucedida e educação. In: \_\_\_\_\_.*Velhice e sociedade*. 2.ed. Campinas, SP: Papyrus, 2004.113-140.

- Rodrigues, Iramar. *A rítmica de Emile Jaques Dalcroze: uma educação por e para a música*. Goiânia, 2005. Curso promovido pela EMAC/UFG em 2005.
- Sanuy, Montserrat; Gonzales, Luciano Sarmiento. *Orff Schulwerk: música para niños*, Madrid, Espanha: Union Musical Espanhola Editores, 1969.
- Simões, R. *Corporeidade e terceira idade*. 1994. Dissertação (Mestrado). Unimep, Piracicaba. 1994.
- Tame, D. *O poder oculto da música*. Rio de Janeiro: Cultrix, 1997.
- Tourinho, Lúcia Maria Chaves. *Musicoterapia e a Terceira Idade ou Musicoterapia: corpo sonoro*. Disponível em: <http://www.targon.com.br/users/lucia/1001.html> Acessado em: 22. 05.2006.
- Werneck, V. R. *O eu educado: uma teoria da educação fundamentada na fenomenologia*. Rio de Janeiro: Rio Fundo Editora, 1991.
- Zanini, Cláudia Regina de Oliveira. *Coro terapêutico: um olhar do musicoterapeuta para o idoso no novo milênio*. 2002. 143f. Dissertação (Mestrado em Música) – Escola de Música e Artes Cênicas da Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2002.